
Traços de personalidade de nadadores de curta, média e longa distância

**GABRIELE MATIAS AVELINO DO BONFIM,
CASSIO MIRANDA MEIRA JUNIOR**

Resumo

O presente estudo teve como objetivo quantificar os escores dos traços de personalidade Extroversão, Neuroticismo e Psicoticismo de nadadores federados e comparar os valores desses escores em diferentes provas autodeclaradas como principais ou preferidas (velocidade, meio-fundo e fundo). Sessenta e sete nadadores de ambos os sexos, com níveis distintos de rendimento, com e sem deficiência, responderam a versão brasileira do "Eysenck Personality Questionnaire". A análise de variância indicou diferenças significativas nas variáveis "prova" (os nadadores de fundo pontuaram mais alto em Psicoticismo que os nadadores de velocidade) e "sexo" (as nadadoras pontuaram mais alto em Neuroticismo que os nadadores). Não foram detectadas diferenças significativas nas variáveis "nível competitivo" e "deficiência".

Palavras-chave: esporte, natação, extroversão, neuroticismo, psicoticismo.

Personality traits of short-, middle- and long-distance swimmers

Gabriele Matias Avelino do Bonfim, Cassio Miranda Meira Junior

Abstract

The current study aims to quantify the personality traits scores of Extraversion, Neuroticism and Psychoticism in federate swimmers and to compare these scores to the swimmers' self-declared favorite race (short-, middle- and long-distance). Sixty seven swimmers of both sexes, from different competitive levels, with and without disability, responded the Brazilian version of the "Eysenck Personality Questionnaire". Analysis of variance indicated significant differences regarding personality traits for "race" (long-distance swimmers scored higher in Psychoticism than short-distance ones) and "sex" (women athletes scored higher in the Neuroticism than men). No significant differences were detected in the variables for "competitive level" and "disability".

Key-words: sport, swimming, extroversion, neuroticism, psychoticism.

Rasgos de personalidad em nadadores de evidencia corta, media y larga distancia

Gabriele Matias Avelino do Bonfim, Cassio Miranda Meira Junior

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo cuantificar los escores de los rasgos de personalidad Extroversión, Neuroticismo y Psicoticismo de nadadores federados y comparar los valores de esos escores en diferentes pruebas autodeclaradas como principales o preferidas (velocidad, medio-fondo y fondo). Sesenta y siete nadadores de ambos sexos, con niveles distintos de rendimiento, con y sin discapacidad, respondieron la versión brasileña del "Eysenck Personality Questionnaire". El análisis de varianza indicó diferencias significativas en las variables "prueba" (los nadadores de fondo puntuaron más alto en Psicoticismo que los nadadores de velocidad) y "sexo" (las nadadoras puntuaron más alto en Neuroticismo que los nadadores). No se detectaron diferencias significativas en las variables "nivel competitivo" y "deficiencia".

Palabras-clave: deporte, natación, extroversión, neuroticismo, psicoticismo.

Introdução

Aspectos psicológicos como personalidade, motivação, violência, liderança, dinâmica de grupo, bem-estar, pensamentos e sentimentos têm sido objeto de investigação da área de Psicologia do Esporte e de aplicação no preparo emocional de atletas (Rúbio, 1999, 2004). O presente artigo aborda o tema da personalidade de atletas sob um referencial de diferenças individuais, tema clássico que se baseia no pressuposto de que os indivíduos manifestam padrões distintos de comportamento, os quais podem se relacionar ao desempenho e à aprendizagem de tarefas. O estudo das diferenças individuais nos comportamentos tem nos traços um terreno profícuo para concentrar esforços de pesquisa. Traços retratam comportamentos como predisposições relativamente estáveis para agir consistentemente de uma determinada maneira em uma variedade de situações (Meira Jr. & Neiva, 2016). Traços psicológicos são diferenças individuais psicológicas relativamente estáveis e permanentes no tempo e nas situações. Nesse âmbito, embora existam outros construtos que ensejam a condição de traço, a personalidade é o campo principal de investigação de diferenças individuais (Weinberg & Gould, 2015). Logo, compreender características particulares que os atletas “carregam” auxilia na tomada de decisão acerca de procedimentos individualizados de acordo com necessidades e preferências (Cratty, 1984; Formiga 2010; Wolff, Nahon, Pino & Souza, 2014).

Costuma-se considerar o traço como um construto dicotômico (extrovertido ou introvertido), porém ele é mais bem representado por uma escala contínua ao longo do qual um indivíduo pode ser avaliado. Diferente de fenótipo (característica de expressão gênica observável - por exemplo, a cor da pele) e estado (condição momentânea que reflete como a pessoa está - por exemplo, estados de humor como tensão e raiva), traço é um elemento constante que reflete o que a pessoa é. As diferenças individuais nos comportamentos das pessoas, as suas causas e suas consequências são objeto de estudo da Psicologia Diferencial. Dado que o desenvolvimento de cada pessoa é diferente, esta vertente da Psicologia concentra os seus estudos na variabilidade do ser humano. Outra área que contribui para o estudo das diferenças individuais é a Genética Comportamental, cujos estudos de traços psicológicos identificam a variância associada a fatores genéticos e ambientais. Quando um comportamento tem associado à sua variação uma carga genética alta, pode-se dizer que se trata de um traço, por exemplo, os traços de personalidade (Plomin Defries, McClearn & McGuffin, 2011). Isso não quer dizer que os traços são exclusivamente transmitidos hereditariamente ou moldados pelo ambiente. Recentemente, parece haver consenso que os comportamentos são influenciados tanto pela genética quanto pelo ambiente e o que varia é a quantidade de influência de um ou outro.

Personalidade é um conceito amplo relacionado à singularidade de cada pessoa. Definida como um conjunto de características relativamente permanentes e estáveis que tornam alguém único, a personalidade é o modo peculiar e relativamente constante de um indivíduo comportar-se, perceber, pensar, sentir e agir (Eysenck, 2006). A estrutura da personalidade tem sido proposta de acordo com um modelo piramidal de três níveis: na base, o núcleo psicológico; no meio, as respostas típicas; no topo, o comportamento social (Samulski, 2007; Weinberg & Gould, 2015). O núcleo psicológico é o

nível mais estável da personalidade, responsável pela manutenção dos comportamentos, englobando crenças, valores, motivos, pensamentos e interesses. Por sua vez, as respostas típicas referem-se ao modo de adaptação ao meio, isto é, como as pessoas aprendem a se adaptar respondendo adequadamente a estímulos do ambiente. Já o nível mais superficial da personalidade é o do comportamento social, pois diz respeito a como alguém se comporta no ambiente social: a pessoa, primeiro, identifica a situação para depois perceber qual papel deve ser exercido por ela na situação; diferentes situações exigem o desempenho de papéis sociais diferentes, por exemplo, um atleta também pode ser pai e marido. A analogia do “bombom” facilita o entendimento da estrutura da personalidade: o comportamento social é a embalagem, as respostas típicas são a camada de chocolate e o núcleo psicológico é o recheio. Transportando essa analogia para o âmbito motor, mais do que ver apenas a “embalagem” de alguém, seria de muita utilidade para o profissional da Educação Física conhecer o “recheio” da personalidade do aprendiz para que a prática profissional tenha maior fundamentação. Assim, o conhecimento de motivos, interesses, valores, crenças e pensamentos pode fazer a diferença na escolha de procedimentos individualizados de prática e informação.

Dentre os vários modelos da personalidade (psicodinâmico, situacional, interacional, fenomenológico), o de traços é, sem dúvida, o mais utilizado e estudado. Samulski (2007) apontou que 90% das pesquisas empíricas sobre personalidade foram conduzidas na abordagem de traços. Traços de personalidade são diferenças individuais no comportamento, relativamente duradouras e estáveis ao longo do tempo e das situações. Dentre os modelos de traços, os mais reconhecidos internacionalmente atualmente são o de Eysenck (2006) e o das Cinco Dimensões ou “Big Five” (Goldberg, 1990; Pervin & John, 2004). Esses modelos operam com a ideia de que os traços são superfatores ou dimensões da personalidade: Eysenck compõe a personalidade com os traços psicoticismo, extroversão e neuroticismo; no “Big Five” os traços são extroversão, neuroticismo, abertura, amabilidade e conscienciosidade. Esses traços têm sido atribuídos fortemente à carga genética. De fato, pesquisas genéticas advindas de estudos com gêmeos e adoção mostram que de 30% a 50% da variância nos traços de personalidade deve-se a fatores genéticos e que a variância ambiental também é importante, mas quase não é devida à influência do ambiente familiar, mas sim do ambiente não compartilhado (Plomin, Defries, McClearn & McGuffin, 2011).

O modelo de traços de personalidade adotado no presente trabalho é o “PEN” de Eysenck, cujos traços são Psicoticismo (agressividade e egocentrismo), Extroversão (sociabilidade e vitalidade) e Neuroticismo (emotividade e estabilidade emocional), avaliados pelo Eysenck Personality Questionnaire. Os indivíduos que, no questionário, pontuam alto em Psicoticismo tendem a ser mais agressivos, egocêntricos, solitários e insensíveis comparados aos que pontuam baixo; aqueles que obtêm escores altos de escores de Extroversão serão mais predispostos a impulsividade, entusiasmo, expansividade e agitação quando comparados aos que obtêm escores baixos; altos escores de Neuroticismo significam instabilidade emocional, ou seja, predisposição a ansiedade, depressão, inquietação e preocupação e dificuldade de recuperar o autocontrole (Eysenck, 1967; Meira, Perez, Maia, Neiva & Barrocal, 2008).

No modelo PEN de Eysenck, as bases neurobiológicas correlatas explicam os traços. Nesse particular, o conceito central é o de arousal (ativação córtico-reticular). No traço Psicoticismo, o arousal pode ser interpretado como diferentes tipos de sinais, que podem ser de recompensa com aproximação/consumação ou de castigo com evitação/fuga, ligados a agressividade e desapego; um indivíduo que pontua alto nesse traço é caracterizado como agressivo, egocêntrico, pouco precavido e arredio ao medo, o que acaba acarretando problemas de ativação no hipocampo e na amígdala, ou seja, o indivíduo tem dificuldade de detectar sinais de irritação, temor ou sofrimento em outros indivíduos (por isso é considerado “frio”); pontuação baixa em Psicoticismo significa comportamento de afabilidade, carinho e principalmente altruísmo, o que estabelece relação com vias superiores do conjunto tálamo-córtex-amígdala. Em relação ao traço Extroversão, o nível de arousal é baseado em ativação cortical baixa em indivíduos extrovertidos, nos quais, para se chegar ao nível ótimo de ativação para realização de tarefas, é preciso estímulos intensos; o oposto ocorre nos introvertidos, que possuem níveis basais elevados de arousal. No traço Neuroticismo, o nível de arousal é baseado na excitabilidade, pelas pessoas poderem se diferenciar pela reatividade excitatória, ou seja, quem exibe tom de excitação alto, tende a ter reativação de excitação emocional com mais facilidade, pois tendem a exibir ansiedade, preocupação e emoção exagerada (hipersensibilidade emocional), alcançando o nível ótimo de emotividade antes do que os que pontuam baixo nesse traço. Neurotransmissores também estão envolvidos nos processos psicoquímicos dos traços, por exemplo, dopamina e serotonina no Psicoticismo, noradrenalina e dopamina na Extroversão, e serotonina, noradrenalina e a dopamina no Neuroticismo (Flores-Mendoza, Colom et al., 2006).

Em virtude da complexidade do rendimento atlético, a compreensão dos traços de personalidade no contexto esportivo pode facilitar o estabelecimento de estratégias de prática, treino e competição (Melo & Giavoni, 2010). Por exemplo, conhecer o nível de estabilidade emocional de um atleta pode ajudar na tomada de decisões sobre rotina diária, atividades de treino e ações pré-competitivas. Esses determinantes psicológicos são cruciais para elevar a possibilidade de sucesso no esporte de rendimento individual e coletivo (Rúbio, 1999). A importância do estudo na área de traços de personalidade pode ser exemplificada pelo fato que, em países nórdicos da Europa, no Reino Unido e nos Estados Unidos da América, em algumas escolas, ocorre avaliação combinada de interesses e personalidade de crianças, e, de acordo com os padrões encontrados, passam a ser estimuladas e acompanhadas para desenvolverem-se em domínios físicos e intelectuais para os quais tenham maior afinidade (Holland 1997; Santos, Almeida & Werlang, 2012).

Embora existam modalidades que tendem a “moldar” a personalidade dos atletas que as praticam (Messias & Pelosi, 1997), parece não haver registro de uma “personalidade comum de atleta”, já que atletas tendem a escolher a modalidade esportiva mais ajustada às preferências pessoais (Vealey, 1992). Além disso, traços de personalidade têm sido reportados como fatores de diferença entre atletas (Bara & Ribeiro, 2005; Coleman, 1981; Hagberg, Mullin, Bahrke & Limburg, 1979; Meira Jr., Jorge, Monteiro & Oliveira, 2011; Morgan, 1968; Morgan & Costill, 1972; Ogilvie & Tutko, 1971). A seguir, apresentamos uma síntese desse conjunto de

pesquisas. Esportistas de modalidades individuais tendem a ser mais introvertidos, agressivos e criativos que esportistas de modalidades coletivas; automobilistas controlam melhor as emoções, são mais introvertidos e sentem menos medo em situações de perigo; maratonistas e ciclistas tendem à introversão; lutadores de alto nível tendem à extroversão; atiradores tendem a ser mais instáveis emocionalmente; fundistas de atletismo são mais introvertidos e agressivos quando comparados a atletas de velocidade, meio-fundo, arremessadores e lançadores; velocistas e lançadores de atletismo mostraram-se mais extrovertidos que meio-fundistas.

Assim, a considerar (1) os achados supracitados como fatores de diferença entre atletas (2) o fato de não haver perfil psicológico ideal para atletas, (3) que atletas tendem a escolher a modalidade esportiva mais ajustada às preferências pessoais e (4) as características neurobiológicas dos traços de personalidade, os objetivos deste estudo são quantificar os escores dos traços de personalidade Extroversão, Neuroticismo e Psicoticismo de nadadores federados de ambos os sexos, com e sem deficiência, e comparar os valores desses escores em diferentes provas autodeclaradas como principais ou preferidas (velocidade, meio-fundo e fundo). Com base em outros estudos realizados com atletas de modalidades esportivas individuais com provas de durações variáveis (Bara & Ribeiro, 2005; Meira et al., 2011), espera-se que nadadores velocistas apresentem maiores escores de extroversão, enquanto nadadores fundistas apresentem menores escores de extroversão e maiores escores de Psicoticismo.

Métodos

Amostra

Os participantes foram 67 atletas federados de natação, de ambos os sexos, maiores de 18 anos, que participaram de provas oficiais de velocidade (50m e 100m - 36 participantes), meio-fundo (200m e 400m - 23 participantes) e fundo (800m e 1500m - 8 participantes). Os atletas competiam em alto e médio nível de rendimento, representando clubes tradicionais da natação brasileira; Campeonatos Paulistas, Brasileiros e Internacionais, como mundiais, olimpíadas e paralimpíadas). Foram incluídos na amostra 51 atletas e 16 paratletas.

Os participantes leram e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e o projeto obteve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa para Seres Humanos da XXXX (instituição omitida por causa do método duplo-cego de avaliação).

Instrumentos

Questionário "Eysenck Personality Questionnaire - EPQ", validado para a população brasileira (Tarrier, Eysenck & Eysenck, 1980), o qual possui 88 perguntas com respostas do tipo "sim" ou "não". As respostas avaliam as pontuações que cada indivíduo assinala nos três traços de personalidade, bem como uma escala de controle do próprio questionário que mensura a consistência no preenchimento. As pontuações dos traços

podem variar de zero a: 25 (Psicoticismo), 23 (Neuroticismo), 18 (Extroversão) e 22 (Escala de Controle).

Procedimentos para a coleta de dados

Inicialmente técnicos e atletas foram contatados e informados dos objetivos do trabalho. Após assinatura do TCLE, cada atleta que se voluntariou a participar recebeu e respondeu individualmente o questionário "Eysenck Personality Questionnaire - EPQ", validado para a população brasileira (Tarrier, Eysenck & Eysenck, 1980). Dados pessoais e técnicos também foram registrados no cabeçalho do questionário.

Durante e após o preenchimento dos questionários, o avaliador ficou à disposição do participante para sanar eventuais dúvidas e recolher a folha preenchida. Depois de conferir o preenchimento integral do formulário, o avaliador informou ao participante sobre a tabulação, análise e divulgação dos dados individuais e coletivos.

Análise de Dados

As variáveis independentes (fatores principais de análise) foram prova, sexo, nível competitivo e deficiência. As variáveis dependentes foram os valores das escalas do EPQ (Extroversão, Neuroticismo, Psicoticismo e Escala de Controle).

As pontuações dos atletas de acordo com cada traço de personalidade foram registradas, conferidas, tabuladas e calculadas em planilhas eletrônicas do Software Microsoft Excel, versão 2010. A exploração dos dados não indicou qualquer valor discrepante extremo de modo que todos os valores registrados foram considerados na análise descritiva e de variância (ANOVA). Posteriormente, os valores foram inspecionados e organizados descritivamente para, em seguida, serem submetidos à análise de variância. Quando necessário, as estatísticas F que envolveram medidas repetidas foram reportadas com o ajuste de graus de liberdade de Greenhouse-Geisser.

Os valores de *eta* *parciais* *quadrados* (η^2) foram informados para indicar a magnitude do efeito para resultados significativos. Para a localização das diferenças, utilizou-se o teste post hoc de Sidak. Para desenvolver o processo de análise, utilizou-se o pacote estatístico Statistical

Package for Social Sciences (SPSS), versão 24. O nível de significância adotado foi de 5%, porém efeitos marginais não foram desconsiderados.

Resultados

Os valores descritivos de média e desvio-padrão são apresentados na Tabela 1. O teste M Box detectou homogeneidade de covariâncias [M Box = 116,6; $F(60,1710) = 1,25$; $p = 0,10$]. A considerar a integridade desse pressuposto, a maior raiz de Roy é a estatística mais potente a ser considerada (Pestana & Gageiro, 2014; Thomas, Nelson & Silverman, 2011).

A seguir são apresentadas as estatísticas inferenciais das variáveis cujos valores de prova atingiram valores significativos:

- Fator Prova: $F(4,47) = 2,40$; $p = 0,059$; $\eta^2 = 0,17$; no traço Psicoticismo, os nadadores das provas de fundo pontuaram mais alto que os nadadores das provas de velocidade.
- Fator Sexo: $F(4,46) = 5,29$; $p = 0,001$; $\eta^2 = 0,32$; no traço Neuroticismo, as nadadoras pontuaram mais alto que os nadadores.

A análise não indicou diferenças significativas nos traços de personalidade para os fatores principais "nível competitivo" e "deficiência" ou para qualquer interação entre prova, sexo, nível competitivo e deficiência.

Tabela 1 – Médias e desvios-padrão dos traços de personalidade (Extroversão, Neuroticismo, Psicoticismo e Escala de Controle) da amostra total e das estratificações por prova, sexo, nível competitivo e deficiência

	Extroversão	Neuroticismo	Psicoticismo	Escala de Controle
<i>Total (n=67)</i>	12.70 ± 0.70	10.40 ± 6.36	4.47 ± 4.24	11.35 ± 9.19
<i>Prova</i>				
Velocidade(n=36)	12.66 ± 3.32	10.16 ± 4.06	3.72 ± 2.13*	12.58 ± 4.19
Meio-Fundo (n=23)	12.69 ± 4.22	10.65 ± 4.71	5.17 ± 3.76	10.08 ± 3.95
Fundo(n=8)	12.87 ± 3.75	10.75 ± 6.49	5.87 ± 2.23*	09.50 ± 2.72
<i>Sexo</i>				
Masculino (n=35)	13.25 ± 2.12	08.68 ± 1.41	4.94 ± 1.41	10.14 ± 1.41
Feminino (n=32)	12.09 ± 4.21	12.28 ± 4.76	3.96 ± 1.41	12.68 ± 4.05
<i>Nível Comp.</i>				
Estadual (n=16)	12.37 ± 4.30	09.18 ± 3.93	4.43 ± 2.55	10.68 ± 3.64
Nacional (n=31)	12.45 ± 3.95	11.00 ± 4.99	4.90 ± 3.35	11.12 ± 3.65
Internacional (n=20)	13.35 ± 2.49	10.45 ± 4.31	3.85 ± 2.34	12.25 ± 5.14
<i>Deficiência</i>				
Não (n=51)	12.54 ± 3.92	10.41 ± 4.66	4.82 ± 3.05	11.15 ± 3.74
Sim (n=16)	13.18 ± 2.61	10.37 ± 4.33	3.37 ± 2.02	12.00 ± 5.29

Discussão

O presente estudo teve como objetivos quantificar os escores dos traços de personalidade Extroversão, Neuroticismo e Psicoticismo de nadadores federados de ambos os sexos, com e sem deficiência, e comparar os valores desses escores em diferentes provas (velocidade, meio-fundo e fundo) autodeclaradas como principais ou preferidas. As hipóteses testadas foram que nadadores velocistas apresentariam maiores escores de extroversão, enquanto nadadores fundistas apresentariam menores escores de extroversão e maiores escores de Psicoticismo (Bara & Ribeiro, 2005; Meira et al., 2011).

Os valores descritivos apontaram valores baixos de Psicoticismo, sugerindo que nadadores são afáveis, carinhosos, sensíveis e altruístas. Entretanto, diferenças significativas entre nadadores de diferentes provas apontam que, quando comparados, nadadores de fundo (provas de 800m e

1500m) tendem mais à agressividade, egocentrismo, solidão, insensibilidade, desleixo e coragem que nadadores de velocidade (provas de 50m e 100m). Essa tendência de comportamento é neurofisiologicamente explicada pela ativação no hipocampo e na amígdala, fato que faz com que esses indivíduos apresentem comportamentos de frieza por terem dificuldade de detectar sinais de irritação, temor ou sofrimento em outros indivíduos. Essa mesma tendência foi encontrada em atletas de atletismo (Meira et al., 2011), porém os fundistas de atletismo apresentaram escores médios de Psicoticismo bem mais elevados ($13,0 \pm 4,1$) em relação aos nadadores fundistas da presente amostra ($5,9 \pm 2,2$). Apesar de ter sido detectado esse padrão nos achados de ambos os estudos (atletismo e natação), há de considerar essa diferença dos valores médios entre as duas modalidades no que concerne às implicações para a prescrição de treinamentos e competições.

Os resultados indicaram ainda ausência de diferenças entre os nadadores de velocidade, meio-fundo e fundo no que diz respeito aos traços de Extroversão e Neuroticismo. Com base nos valores descritivos (escores próximos a 13), os nadadores de nossa amostra podem ser classificados como ambivertidos, isto é, carregam características de tanto de introvertidos, como de extrovertidos. Esse achado corrobora os encontrados no estudo com atletas de atletismo, com exceção dos corredores fundistas, os quais apresentaram valores médios baixos (próximos a 7).

Assim, parece que existe uma diferença marcante entre fundistas de natação e atletismo, com os primeiros tendendo à ambiversão e os últimos tendendo à introversão. Uma tentativa de explicação para isso, que pode ser testada em estudos futuros, é que, apesar de os nadadores serem especialistas em alguma prova, há convívio frequente com nadadores especialistas de outras provas; geralmente a separação de nadadores nos treinamentos acontece por categoria (idade) e não por prova, pois se for dividido por prova acaba que tendo muitos atletas de mesma prova, mas que não tem o mesmo nível técnico, tornando os treinamentos mais difíceis, principalmente se juntar os atletas que estão em categorias de bases que tem um foco e atletas que já estão nas categorias mais altas com outros focos. Já no atletismo, a separação dos atletas para treinamento tende a ocorrer pelo tipo de prova, independente da categoria (idade) dos atletas, onde eles dividem os atletas em velocistas, meio fundistas e fundistas para os treinamentos. Mas esse é um ramo para se seguir e ser estudado futuramente.

Nenhuma hipótese consistente pôde ser formulada no que tange ao traço Neuroticismo, pois estudos anteriores similares não encontraram resultados contundentes nessa variável. Os nossos dados corroboram essa tendência, pois não houve diferenças de Neuroticismo entre os nadadores de velocidade, meio-fundo e fundo. Os valores descritivos (escores próximos a 11), assim como no estudo realizado com atletas de atletismo (Meira Jr. et al., 2011), sugerem que os nadadores de nossa amostra possuíam níveis intermediários de Neuroticismo. Isso significa que a característica de instabilidade emocional deve ser investigada especificamente em cada nadador para que se possa tomar a decisão de atribuir determinada ação de treino condizente com o escore pessoal de Neuroticismo obtido.

Entretanto, embora não relacionados à prova preferida ou principal, a comparação da estratificação por sexo permite estabelecer diferenças entre os atletas e as atletas no traço Neuroticismo, com essas tendo pontuado mais que aqueles. Assim, as nadadoras parecem ser predispostas a apresentar maiores níveis de instabilidade emocional (ansiedade, preocupação) em relação aos nadadores. Em competição, ter conhecimento acerca dessa peculiaridade sobre nadadoras pode ser um fator importante a ser considerado na preparação do atleta. Alguns sinais físicos podem ser indicadores de maior instabilidade emocional, tais como transpiração nas mãos e dedos, frequência cardíaca elevada e dilatação da pupila (Meira et al., 2011). A maior instabilidade emocional no sexo feminino vem sendo reportada com recorrência na literatura (Bara, Ribeiro & Garcia, 2005; Queroz, 2008; Vieira, Fernandes, Vieira & Vissoci, 2008; Piedmont, Hill & Blanco, 1999), pois as mulheres tendem a utilizar mais estratégias focalizadas na emoção e nas práticas religiosas do que homens, além da insegurança das atletas mulheres serem maiores diante a competição do que os homens, em que somente após as vitórias foram se estabelecendo, chegando se ao nível ideal.

As outras variáveis de estratificação investigadas na presente pesquisa (deficiência e nível competitivo) não se mostraram determinantes em relação aos traços de personalidade. Os traços de personalidade de atletas típicos e com deficiência e de atletas de diferentes níveis competitivos parecem não os diferenciar. As razões disso podem ser estudadas em pesquisas futuras, talvez com a investigação de rotina de treinos e objetivos competitivos.

Considerações finais

Enfim, esperamos que o conhecimento produzido aqui (nadadores de fundo pontuaram mais alto em Psicoticismo que nadadores de velocidade; nadadoras pontuaram mais alto em Neuroticismo que nadadores) possa servir como instrumento de auxílio a atletas e técnicos para melhorar o desempenho atlético em treinos e competições.

Algumas implicações da pesquisa para fins de método de treinamento e/ou intervenção na natação podem ser determinadas com base no resultado principal da presente pesquisa: nadadores de fundo, por serem predispostos ao psicoticismo, podem preferir treinamentos e intervenções que (1) prescindam de carga emocional, (2) privilegiem o afincamento no cumprimento das rotinas de exercícios, (3) envolvam atividades realizadas individualmente, não em grupo.

Referências

- Bara M.G.F. & Ribeiro L.C.S. (2005). Personalidade e esporte: uma revisão. *Rev. Bras. Ciênc. Mov.*; 13(2): 101-110.
- Bara M.G.F., Ribeiro L.C.S. & Garcia F.G. (2005). Personalidade de atletas brasileiros de alto rendimento: comparações entre os sexos masculino e feminino e correlação com nível de performance e tempo de treinamento. *Rev. Port. Ciênc. Desporto.*; 5(1): 31-39.

- Bartholomeu D., Machado A.A., Spigato F., Bartholomeu L.L., Cozza H.F.P. & Montiel J.M. (2010). Traços de personalidade, ansiedade e depressão em jogadores de futebol. *Rev. bras. psicol. Esporte* 3 (1)
- Coleman J.A. (1981). Personality and stress in shooting sports. *J. Psychosom. Res.*; 24: 287-296.
- Cratty B.J. (1984). *Psychology in Contemporary Sport*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Eysenck, H.J. (1967). *The biological basis of personality*. Springfield, IL: Charles C Thomas.
- Formiga N.S. (2010). Traços de Personalidade e variações da diversão: testagem de modelo causal em jovens brasileiros. Recuperado em 06 de Junho de 2001 da www.psicologia.com.pt
- Hagberg J., Mullin J.P., Bahrke M. & Limburg J. (1979). Physiological profiles and selected psychological characteristics of national class American cyclists. *J. Sports Med. Phys. Fit.*; 19: 341-346.
- Holland J.L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments* (3a ed.). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Meira C.M.J. & Neiva J.F.O. (2016). Efeito de traços psicológicos na aquisição de habilidades motoras. In: Go Tani. (Org.). *Comportamento motor: conceitos, estudos e aplicações* (pp.163-174). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Meira C.M.J., Perez C.R., Maia R.F., Neiva J.F.O. & Barrocal R.M. (2008). Extroversão, Neuroticismo e Desempenho Motor em crianças executando arremessos de dardo de salão. *Revista brasileira de psicologia do esporte*, 2 (1).
- Meira C.M.J., Jorge M., Monteiro C.C. & Oliveira F.R. (2011). Traços de Personalidade de Atletas de Atletismo. *Brazilian Journal of Sports and Exercise Research*, 2: 1-10.
- Melo G.F. & Giavoni A. (2010). O perfil psicológico de atletas baseado na teoria do individualismo e do coletivismo. *Rev. bras. psicol. esporte* 3 (1).
- Mendoza C.F., Colom R. & Cols. (2006). *Introdução a psicologia das diferenças individuais*. Porto Alegre: Artmed.
- Messias A.M. & Pelosi A.C.B.A.M. (1997). A relação entre personalidade e a prática esportiva. In: A. A. Machado (org) *Psicologia do Esporte*. Jundiaí: Ápice.
- Morgan W. (1968). Personality characteristics of wrestlers participating in the world championships. *J. Sports Med. Phys. Fit.*; 8: 212-216.
- Morgan W. & Costill D. (1972). Psychological characteristics of the maraton runner. *J. Sports Med. Phys. Fit.*; 12: 42-46.
- Ogilvie B. & Tutko T. (1971). Sport: if you want to build character try something else. *Psychol. Today*.10: 61-3.
- Pestana M.H. & Gageiro, J. (2014). *Análise de Dados para Ciências Sociais: A complementaridade do IBM_SPSS* (6ª ed). Lisboa: Edições Sílabo.

Piedmont R.L., Hill D.C. & Blanco S. (1999). Predicting athletic performance using the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences* (2): 769-777.

Queroz N.C. (2008). Bem-estar psicológico: investigações acerca de recursos adaptativos em adultos e na meia-idade. Tese Doutorado, UNICAMP, Campinas, São Paulo.

Rubio K. (1999). A Psicologia do Esporte: Histórico e Áreas de Atuação e Pesquisa. *Psicologia, Ciência e Profissão*. 19 (3), 60-69.

Rubio K. (2004). Entre a psicologia e o esporte: As matrizes teóricas da psicologia e sua aplicação ao esporte. *Temas psicol.* 12 (2):93-104.

Santos S.C.G., Almeida L.S. & Werlang B.S.G. (2012). Excelência Humana: A Contribuição da Personalidade. Recuperado em 08 de Junho de 2015 da SciELO (Scientific Electronic Library OnLine): <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v22n52/11.pdf>

Tarrier N., Eysenck S.B.G. & Eysenck H.J. (1980). National differences in personality: Brazil and England. *Pers. Individ. Dif.*; 1: 164-171.

Thomas J.R., Nelson J.K. & Silverman S. (2011). *Research Methods in Physical Activity* (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.

Vealey, R.S. (1992). Personality and sport: a comprehensive view. In: T. S. Horn (Ed.) *Advances in sport psychology*. Champaign: Human Kinetics.

Vieira L.F., Fernandes S.L., Vieira J.L.L. & Vissoci J.R.N. (2008). Estado de humor e desempenho motor: um estudo com atletas de voleibol de alto rendimento. *Rev.Bras. Cineantropom. Desempenho hum.*; 10(1): 62-68.

Weinberg R. & Gould D. (2015). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. Porto Alegre: Artmed.

Wolff A.A., Nahon R., Pino A. & Souza M.N. (2004). Traços de personalidade de remadores. XXIV Congresso Brasileiro de Engenharia Biomédica. CBEB. Uberlândia, Brasil.

Sobre o autor

Gabriele Matias Avelino do Bonfim

Escola de Artes, Ciências e Humanidades (EACH – USP)

Cassio Miranda Meira Junior

Escola de Artes, Ciências e Humanidades (EACH – USP)

Contato

Gabriele Matias Avelino do Bonfim
E-MAIL
gab_mabom@hotmail.com

Agradecimento

Somos gratos aos participantes voluntários e aos técnicos que permitiram a participação de seus atletas.